

骨を丈夫にするノウハウ を身につけよう

コツ
骨コツためる

クッキング参加者は骨量測定の特典付き

測定時間 9:30~9:50 (希望者)

※裸足になれる服装でお越しください

骨太クッキング

7月 9日(水) 10時~13時

東公民館 調理実習室

定員 10名 電話受付

0125-32-5665

定員になり次第締め切ります

締切日 6月30日(月)

参加費無料

赤平市民限定

実習メニュー

鮭缶のピラフ

みそストローネ

ミルクゼリー

持ち物：エプロン バンダナ

手拭きタオル 飲み物

主催 赤平市食生活改善推進協議会 共催 赤平市

【問合せ】 赤平市役所 健康づくり推進係 0125-32-5665